

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش سازگاری زناشویی بر عدم تحمل پریشانی، دشواری تنظیم هیجان و تعارض زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره

محل انتشار:

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره 8، شماره 5 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

سوما ارشدی - PhD Candidate, Department of Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran

کیومرث کریمی - Assistant Professor, Department of Psychology, Mahabad Branch, Islamic Azad University, Mahabad, Iran

مریم اکبری - Assistant Professor, Department of Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran

امید مرادی - Assistant Professor, Department of Counseling, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: عدم تحمل پریشانی، مشکلات در تنظیم هیجان و تعارضات زناشویی از عواملی هستند که می توانند بر روی کیفیت زندگی زوجین تاثیر بگذارند. هدف: هدف از پژوهش حاضر بررسی اثر بخشی آموزش سازگاری زناشویی بر عدم تحمل پریشانی، دشواری تنظیم هیجان و تعارضات زناشویی زوجین بود. روش: پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایش بود که از بین زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره در سال های ۱۳۹۸-۱۳۹۹ تعداد ۳۰ زوج (۶۰ نفر) به صورت تصادفی انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. سپس آموزش سازگاری زناشویی بر روی گروه آزمایش در طول ۸ جلسه آموزش داده شد و گروه کنترل هیچ مداخله ای را دریافت نکردند. در این پژوهش از پرسشنامه های تحمل پریشانی سیمونز و گاهر، دشواری تنظیم هیجان گروتز و روئمر و تعارضات زناشویی ثنائی و براتی استفاده گردید و داده های بدست آمده به شیوه تحلیل کوواریانس با نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ تحلیل شدند. یافته ها: نتایج پژوهش نشان از اثربخش بودن آموزش سازگاری زناشویی بر کاهش عدم تحمل پریشانی ($F(1,142)=14.22, P<0.01$)، میزان دشواری تنظیم هیجان ($F(1,146)=14.66, P<0.01$) و تعارضات زناشویی ($F(1,146)=4.26, P<0.01$) داشت؛ به عبارت دیگر عدم تحمل پریشانی، دشواری تنظیم هیجان و تعارضات زناشویی در زوجینی که برنامه آموزشی سازگاری زناشویی را دریافت کرده بودند در مقایسه با گروه کنترل که هیچ مداخله ای را دریافت نکرده بودند به طور معنی داری کاهش یافته است. نتیجه گیری: یافته های پژوهش نشان داد که اثر آموزش سازگاری زناشویی می تواند به عنوان مداخله ای موثر در مراکز مشاوره در مورد زوجینی که از مشکلات ارتباطی رنج می برند مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

,Marital adjustment, Distress tolerance, Emotional regulation, Marital conflict

سازگاری زناشویی، تحمل پریشانی، تنظیم هیجان، تعارضات زناشویی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1324006>



